



Psychotherapie | Informationen Mai 2003 | 05

1



Aktuell für Sie:

Die Situation für **Therapiesuchende** hat sich nicht sehr stark verbessert; immer wieder bleiben Hilfesuchende ohne möglichen Terminvorschlag; die Warteliste der Praxis ist abgeschafft, deshalb rufen Sie einfach an und wir sagen Ihnen kurzfristig, wenn ein Platz frei ist, oder geben Ihnen von vornherein eine ehrliche Zeitangabe, wie lange Sie warten müssen, oder ob Weitersuche für Sie wichtig und richtig ist

Die **10-Euro-Regelung** verursacht erheblichen Verwaltungsaufwand: es sind die Buchungen zu verfolgen, Quittungen auszustellen, die Bargeldabwicklung vorzunehmen, das Mahnwesen zu unterhalten, die Kassenärztliche Vereinigung verlangt monatlich eine Auswertestatistik und diese Zeit fehlt für Behandlungen und die nötige Qualitätssicherung: das ist ärgerlich und mühsam.

Nach den letzten Meldungen der Zeitschrift Facharzt plant das BGM die EUR 10, -- wieder aus dem **Zahlungsbefreiungskatalog** herauszunehmen, da die Kassen sich vor Befreiungsanträgen offenbar nicht retten können; eine unvorhergesehene Entwicklung einer Regelung, die vielleicht so durchdacht doch nicht war? Wer weiss...



Zitat des Monats:

Lebe wild und gefährlich, sei mutig und frech und vor allem hör nicht auf zu lieben.

NN



Aktivitäten:

Im Sommer machen wir für Sie wieder ein **Paartraining** in Gruppe: bitte melden Sie sich bei Interesse frühzeitig an: es wird in Hannover stattfinden in unseren Räumen dort.

Auch in diesem Jahr setzen wir unsere Arbeit nach **systemischen Qualitätsprinzipien** fort:

es wird wieder Videoaufzeichnungen von Sitzungen geben, wir arbeiten mit anwesenden GasttherapeutInnen zusammen und fühlen uns trotz der nach wie vor grenzwertigen Bezahlung von Kassenleistungen unserem Anspruch an die Qualität der Arbeit verbunden: laufende Supervision und auch QS-Maßnahmen werden eingesetzt um für Sie einen guten Standard der Arbeit zu sichern.



Veränderung begreifen:

Nein zum Singlesein

Der Trend zur trauten Zweisamkeit ist unübersehbar. Jeder zweite Single unter 30 sehnt sich nach der Liebe fürs Leben. Das ergab eine repräsentative Umfrage des Meinungsforschungsinstituts TNS Emnid für das neue Lifestylemagazins ulysses_BIG. Was ist dran am „neuen, alten“ Liebestrend?

Die jungen Wilden im Liebesdilemma

Man ist vielleicht gerade in seine erste eigene Wohnung gezogen, genießt den Spaß und die Freiheit. Eine Party jagt die nächste und so mancher One-Night-Stand hat am nächsten Morgen für Überraschungen gesorgt. Doch auf einmal ist alles anders. Man hat genug vom „wilden Leben“. Keine Lust mehr auf Flirts und das damit verbundene, immer wiederkehrende, Balzritual.

Das Ende erkennen und neu anfangen

Wenn einem dieser Liebesfrust ereilt, ist es Zeit die Bremse zu ziehen. Im Zweifelsfall heißt es auch, endlich erwachsen werden. Partys werden nicht mehr exzessiv gefeiert, dafür lieber tiefgründige Gespräche geführt. Doch, wie findet man den Partner, neben dem man jeden Morgen aufwachen möchte?

Die Qual der Wahl



Psychotherapie | Informationen Mai 2003 | 05

2

Wer den Partner fürs Leben sucht, wird automatisch wählerisch. Man achtet plötzlich mehr auf Kleinigkeiten. Beruf, Aussehen und Herkunft nehmen einen wichtigen Stellenwert ein. Hat man ihn gefunden, will man ihn natürlich auch nicht gleich wieder verlieren. Finden Sie einen gesunden Mittelweg zwischen fester Beziehung und dem anderen genügend Freiraum lassen. Wer den Partner einengt, wird auch eine große Liebe schnell wieder verlieren.

„Ich liebe dich!“

Immer mehr Verliebte stehen zu ihren Gefühlen und leben diese auch aus. Dank Sendungen, wie zum Beispiel „Nur die Liebe zählt“ ist die Romantik im Laufe der Zeit wieder salonfähig geworden. Selbst die härtesten Männer verdrücken nun vor laufender Kamera ein Tränchen, angesichts einer rührenden Liebeserklärung.

Die Zeit rennt

Was ist heute noch eine Woche? Im Berufsleben wird alles hektischer, und fast täglich kommen neue technische Innovationen auf den Markt. Den Stress muss man dann nicht auch noch im Privatleben haben. Wir sehnen uns nach Ruhe, Geborgenheit und großen Gefühlen. Eine liebevolle Partnerschaft entlohnt einen da sehr.

Die Geste zählt

Eine Rose aufs Kopfkissen, ein Liebesbrief per Post oder einfach nur ein simples „Ich liebe dich“. Es sind die kleinen Dinge, die den Alltag wieder schöner werden lassen. Gut gelaunt lässt sich so auch die stressigste Situation ertragen.

Sehnsucht nach Liebe

Vertrauen, Liebe und Nähe werden in einer Ehe groß geschrieben. Gefühle, nach denen sich jeder Mensch sehnt, auch wenn er es manchmal nicht zugeben möchte. Die Ehe als Versicherung gegen das Alleinsein? Nicht unbedingt, denn nur wer richtig liebt, kann auch noch im Alter eine glückliche Beziehung führen.

Drum prüfe, wer sich ewig bindet

Wer meint, er hätte den Traumpartner gefunden hat, sollte aber nicht direkt zum nächsten Standesamt rennen. Wie wäre es zuerst mit einer Verlobung? In letzter Zeit ein wenig in Vergessenheit geraten, ist diese Tradition wieder stark im Kommen. Zum einen ein Eheversprechen und zum anderen super romantisch.

Endstation Ehe?

Ganz bestimmt nicht. Die Idylle von Kindern, Haus mit weißem Gartenzaun und einem Hund davor, gerät immer mehr ins Wackeln. Im Zeitalter der Gleichstellung ist es keine Seltenheit mehr, dass beide Ehepartner arbeiten und trotzdem Kinder haben. Tagesbetreuungen für den Nachwuchs werden schon vieler Orts angeboten. Und auch andere Lebensformen haben ihren Platz: egal ob Patchworkfamilien, Schwullesbische Beziehungen oder auch die Beziehung mit einem Haupt und anderen Nebenpartnern sind heute durchaus als Lebenskonzepte denkbar geworden. Es ist eine Frage der Klarheit und reife der betreffenden Personen und eine Frage der Möglichkeiten des persönlichen Gefühls zwischen Menschen und deren eingebrachten Werten. Das entscheidet was geht und was nicht. Letztendlich jedoch ist immer wieder eines klar: die Liebe braucht Klarheit, Ehrlichkeit und ein offenes Herz im Miteinander



Literaturtipps:

Gürtler, Helga (1997) Eltern sind echt ätzend, Midena Verlag: wer kennt sie nicht: diese endlosen Debatten mit aufsässigen Jugendlichen, diese wiederkehrenden Nervereien um Dinge, die eigentlich lange einleuchtend und schlichtweg klar sind; wer kennt auch nicht die Verunsicherung von Eltern, die plötzlich glauben, dass sie nicht im Laufe der Erziehung wirklich richtig gemacht haben... wie es auch andere Möglichkeiten geben kann, beschreibt dieses Buch.

© Dipl.-Psych. Wolff Henschen 2004